

綠色場域特色獎

埔里鎮農會綠色照顧站

文 / 宋玉慧、張惠真
圖 / 宋玉慧



緣起

埔里鎮農產品生產豐富，其中茭白筍與百香果產量獨占全國鰲頭，為回饋在地農民支持，積極推動農村高齡者生活福利與照顧工作，希望讓農友對退休生活感到安心，進而維持農業生產力與農產多樣性。

農會 110 年成立綠色照顧站並積極改善綠照場域，從供餐服務搭配多元學習課程，再到青銀合作互動、加強世代融合，從零開始投入農村高齡者照顧工作，將在地農業資源及綠色元素，設計綠飲食與綠療育等課程，透過五感體驗引導綠照長者的身心靈健康，亦持續觀察高齡者參與的反應作為調整依據。此外，具有懷舊情感的「綠記憶」元素，也是農會設計綠照課程的參考。

推動理念與特色

一、傳達綠色照顧的內涵

埔里鎮農會釋出閒置倉庫改造成綠場域，考量長輩肌力不足致上下樓梯不便，特別優化無障礙走道，讓長輩可以輕鬆出入教室。以二十四節氣、埔里在地食材及懷舊飲食文化為外牆構圖，並與埔里國中學生，共同青銀藝起學文化的彩繪活動，長輩看圖說故事，回憶過往的美好。

家政班透過綠照站的供餐需求，參與健康營養餐點的烹煮，讓食有伴、食有味及食有樂。綠照長輩亦在共餐中彼此關懷，變得更健康、更樂觀且關係更緊密。本站也與農業志工合作，了解長者的血壓及體溫變化，適時提醒家人注意長輩的身體健康，提供正確的養生觀念。

確保退休生活的好品質是健康，高齡者必須以營養需求及咀嚼能力為考量，農會將農產品直銷站的資源導入綠照計畫，成為優先供應埔里食材的地方餐盤。融入食當季、吃在地及吃健康等環境意識，安排參訪交流認識臺灣農業的多樣性等，傳達兼具農業 / 天然環境、健康及生活的綠照內涵。



「我的百味人生」系列課程將長輩不同人生主題進行創作，集結成讓人感懷的生命篇章



育英國小特闢青銀共學園區作為食農教育場域，青銀世代農夫合作指導小二學童種菜，一起享受食農作物收穫樂趣

二、傳承三生一體的經驗

生產、生活及生態是現代農業發展的核心，從昔日獨尊農作生產的理念，延伸為三生合一的新農業思維，也將里山精神融入其中，使農林漁牧等應用與農家生活模式，成為生態環境永續循環發展的一環。務農數十載的高齡長者其生產觀察、生活體會及環境記憶等經驗彌足珍貴。

埔里鎮農會察覺到懷舊記憶的重要，希望能喚起長者塵封的記憶，進而成為青銀世代互動交流的無形資產，因此綠照班有高齡者生命故事的「我的人生百味」繪本製作，娓娓道出人生經歷過的酸甜苦辣。另導入埔里牛眠社區的集英館獅陣文化，從武館歷經興衰延伸到獅頭彩繪、肢體訓練及廟宇陣頭等，呈現高齡者印象中的傳統農村美學，及時代變遷下的生產、生活及生態等深刻記憶。

三、傳遞食農永續的精神

食農教育法為臺灣食農教育發展定調，農會從事食農教育已有多年經驗，110、111年的四健會競賽更榮獲全國第一名的肯定。綠色照顧的農業 / 天然環境、健康及生活，也是食農永續的一環，如支持認同在地農業、培養均衡飲食觀念、珍惜食物減少浪費、傳承與創新飲食文化、深化飲食連結農業及地產地消永續農業等六大食農方針，透過綠照計畫的課程設計傳遞。

綠照站供餐將食材透過刀工細碎化，減少烹調時間並增加可食部位，長者易吞嚥消化，不僅減少食材浪費，亦有助長者攝食吸收。另設計茭白筍殼製成燈罩，賦予農業剩餘物質再生為鄉村藝品，其餘如植物染、餐盒袋、舊衣沙包及香草按摩槌等有關綠療育、綠生活及綠體驗的課程設計，皆可看出融入並傳遞食農永續的精神。

四、投入跨域融合的實踐

農業部綠色照顧計畫著重在農業 / 天然環境結合健康與生活等三大面向，並融入福利化社區、食農教育、CSR(企業社會責任)及SDGs(永續發展目標)等概念。包括提供餐飲服務或辦理健康促進活動；食農教育連結飲食、環境與農業的傳承；透過退休農民需求發展農會組織的CSR，強化農民對農會經營的認同感；注重SDGs中的消除飢餓及健康與福祉，本會綠照站以此理念，作為發展高齡者照顧的基礎目標。



1 | 2

1. 夫妻同心與學生藝起學~彩繪節氣牆
2. 舞動人生~導入埔里平埔村落牛眠社區的集英館獅陣文化，體驗舞獅技能及肢體訓練

五、農會同仁與志工的陪伴與支持

江林瑤總幹事指示農會直銷站代銷綠照站長者所種植的蔬果，增加長輩的收入及價值感，此外，每逢年節總幹事便主動提出加菜，並暖心的準備應景小禮，如同自家叔叔阿姨般親切對待，希望長輩來到綠照站時，也能感覺到自在、尊重與療育，進而攜手打造獨具埔里地方特色的綠色照顧站。

老靈魂保有著幼時的赤子心，綠照班長者有時也會如同孩童般鬧情緒或上課不專心愛講話等，但是在設計各種獎勵的安排下，讓長輩能自我管理爭取榮譽。本班的夫妻檔比例高於社區長照班，例如生命故事繪本等課程，讓媒妁之言的結髮夫妻，有機會認識更多彼此的原生背景，進而交心相伴共同參加綠照班。

農會同仁與志工在綠照站陪伴長輩時，紀錄課程互動的過程，並志願加班為長輩們製成專屬桌曆或掛曆等紀念物，每件小物都是獨一無二的喜樂，雖不免遇到長者往生劃下句點，但這些紀念物見證著長輩最後的餘暉，也讓大家能在追憶中含淚帶笑的緬懷過往。

結語

「品不盡人生百味 憶無窮綠照陪伴」，綠色照顧站經由團隊講師合作，從供餐與課程的規劃及實踐，得到綠照成員豐富的回饋（綠記憶），高齡長者從受照顧者成為帶動者，這也是基層草根的獨特農業活力，得以藉由綠照持續生生不息的成長關鍵。



江林瑤總幹事（左 1）親手分送綠照站志工精心烹調健康餐食給長輩們



學期結束後農會製作年度照片回顧給長輩留念